Cilli sin Carne von Julian Oester

Mengen für 10 Personen

1.0 kg Soja Schnetzel (wie geschnetzeltes/Gyros)	
200 g Zwiebel	
400 g rote Bohnen	
500 g Rüebli	
400 g Lauch	
400 g Auberginen (g)	
500 g gehackte Tomaten	
900 g Tomaten	
0.00 kg Chilischoten	
500 g Crème fraiche	
500 g Brot	

Zubereitung für 4 Personen

1. 100gr. Zwiebeln und 150gr. Lauch schneiden mit gepresstem Knoblauch in Öl anbraten. Hackfleisch dazugeben und anbraten. Mit Rotwein ablöschen.
2. Geschnittenes Gemüse (200gr. Rüebli, 150gr. Krautstiele, 150gr. Auberginen, 350gr. Tomaten) hinzugeben und mitdünsten. Pelati und Tomatenpüree nach Bedarf hinzufügen. 150gr. Rote Bohnen hinzufügen. Chilischote schneiden und hinzufügen. Würzen und köcheln lassen.
3. Salat waschen und schneiden; Sauce machen.
4. Brot schneiden.
5. 200gr. Creme Fraîche als Topping

servieren.

Allergien und Diäten

- Gluten: Glutenfreies Brot.
- Laktose: Keine Crème Fraîche
- Vegetarisch: Soja-Schnetzel-Chili
- Vegan: Keine Crème Fraîche, Soja- Schnetzel-Chili

Tipps

- Resten lohnen sich hier – ein Tag später schmeckt das Chili meist noch besser!.